

**Unutmamak İçin!**

* Tekrar edilmeyen bilgilerin % 30’u bir saat, % 80’i bir gün sonra unutulur. Bu ne- denle tekrar şart.
* Tekrarı, konuyu kendi kendinize anlata- rak ya da yazarak yapabilirsiniz.
* Sadece okuyarak çalışmayın. Yani ezber yapmayın.
* Çalışırken ne kadar duyunuzu kullanırsa- nız unutma o kadar az olur. (Görsel,işitsel vb.)

-Konuyu kendinize anlatın,

-Renkli kalemler kullanarak zihin hari- taları hazırlayın.

-Hayalinizde canlandırın.(Örn:Bir savaş sahnesini)

-Önceki öğrendiğiniz konular ile bağ- lantı kurmaya çalışın.

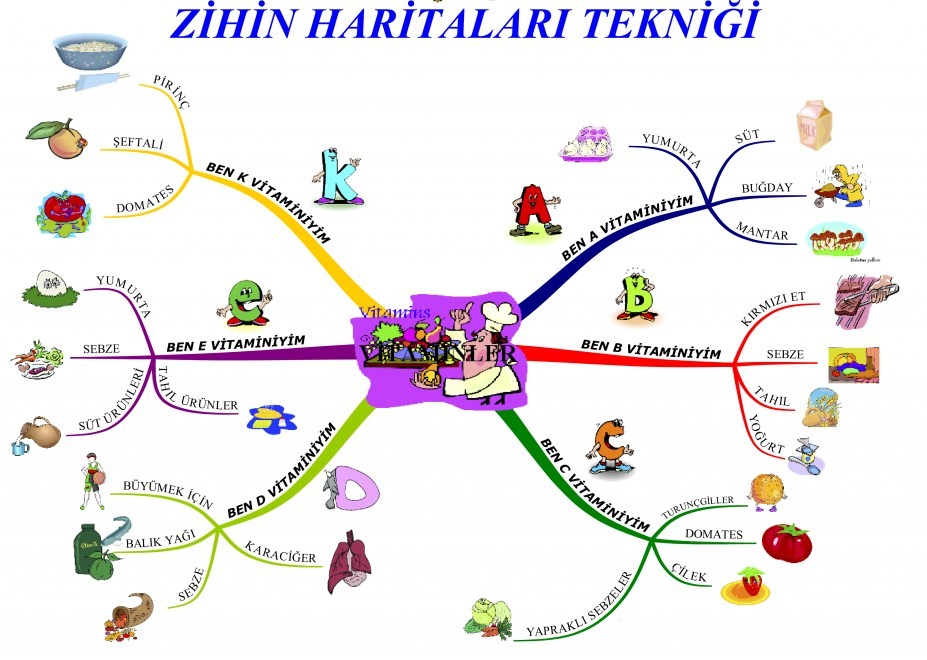
* Yapılan bir araştırmaya göre öğrenciler;

Okuduklarının **10% unu;**

İşittiklerinin **26% sını;**

Gördüklerinin **30% unu;** Görüp işittiklerinin **%50 sini;** Söylediklerinin **70% ini;**

Yaptıkları şey konusunda söyledikleri- nin **90% ını** akıllarında tutuyor.



**Dikkatiniz Dağılmaması İçin;**

* Çalışma odanızı ve masanızı en rahat odaklana- bileceğiniz şekilde düzenleyin..
* Zor konuları parçalara bölerek çalışın.
* Hayal kurmaya başladığınızda, hayalinizi dinlen- me zamanına erteleyin. Bunu başaramazsanız hayalinizi kısa bir süreliğine düşünün ve tekrar derse başlayın.
* Unutmayın! Amacınız çalışmak değil, öğren- mek. Çalışmak ise sadece araç.
* Çalışırken, Tv, bilgisayar ve cep telefonundan uzak durmalıyız. (Çünkü beynimiz aynı anda iki şeye odaklanamaz.)
* Dikkatinizi dağıtan probleminiz,kaygınız ya da başka bir şey varsa çözmeye çalışın. Çözemiyor- sanız yardım alın.

# Sevgili Öğrenciler;

Başarılı olmak için sadece çok çalışmanın yeterli olmadığı,aynı zamanda verimli çalışma- nın gerektiği bilinmektedir. Peki verimli çalış- ma nedir, nasıl olur?

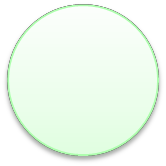
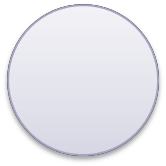
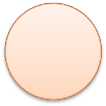
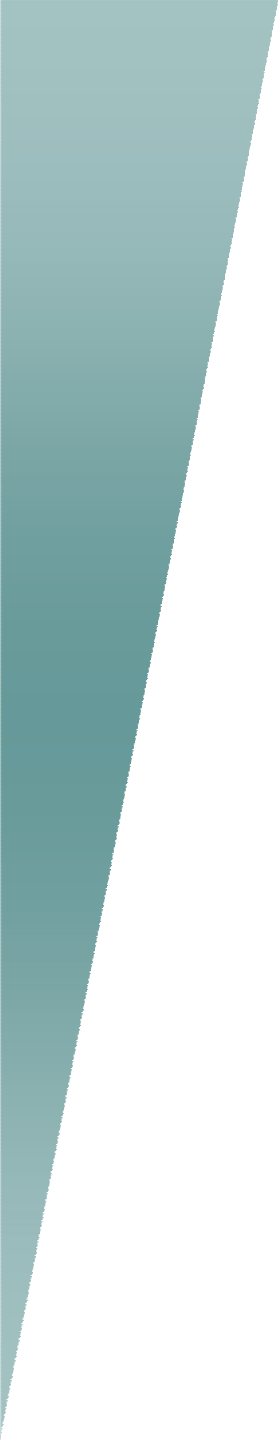
# Verimli Çalışma Nedir?

Zamanınızı hedefleriniz doğrultusunda etkili bir şekilde kullanmak ve ihtiyacınıza göre çalış- maktır.

# Etkili Çalışmak İçin Neler Yapılmalı?

* Sadece sevdiğiniz derslere değil, tüm derslere çalı- şın. Unutmayın sadece sevdiğiniz derslerden başa- rılı olmanız yeterli olmayacaktır.
* Bir sözel, bir sayısal ders çalışırsanız beyniniz daha az yorulur ve öğrenmeniz kolaylaşır.
* Sevmediğiniz dersten sonra sevdiğiniz derse çalı- şın.

# Öğrenme Nasıl gerçekleşir?



Öğrenme bilgiyi algılama, kaydetme, hatırla- ma ve kullanma sürecidir. Yeni bilgiler, duyu organları yoluyla kısa süreli hafızada toplanır. Bunların arasından tekrar ettiklerimiz, bizim için duygusal olarak anlamlı olanlar ve zihni- mizdeki diğer bilgilerle bağ kurabildiklerimiz

uzun süreli hafızaya aktarılır. En sonunda, hatır-

lama gerçekleşir.

# Planlı Çalışma Neden Önemli?

* Ders çalışma ve dinlenme saatlerinin belirlen- mesini sağlar. Zaman etkili kullanılır.
* Hep aynı yöntemle çalışılmasını önler.(sadece test çözerek çalışma)
* Sadece sevilen değil tüm derslere çalışmayı sağlar.

# Plan Hazırlarken Nelere Dikkat Etmeli?

* Uygulayabileceğiniz bir plan hazırlayın.
* Mümkün olduğu kadar aynı saatleri ders çalış- maya ayırın.
* Planda, günlük tekrar, konu çalışma, kitap oku- ma, test çözme yöntemlerinden hepsine yer ve- rin.
* Kendinize eğlenme ve dinlenme saatleri ayırın.
* Süreyi 40-45 dk.çalışma, 15-20 dk. dinlenme şeklinde ayarlayın.
* Zorlandığınız dersi en zinde olduğunuz zaman çalışın.
* Konuyu öğrenmeden test çözmeyiniz.
* Test çözerken yanlış yaptığınız sorulanın ceva- bını kesinlikle öğreniniz. Gerekirse o konuyu tekrar çalışın.